rooirose

STYLVOL
SINVOL
PROPVOL

rooirose.co.za

Amalia
Allermins ordinêr

DIE PAD NA PA SE HART
UITHALER-GEREGTE VIR VADERSDAG

MARGARET UIT HOLLYWOOD

GAME OF THRONES
OP STEL SAAM MET JON SNOW

HOE GELUKKIG IS JOU MAAG?
DIE BESTE RAAD

AROMATIESE OLIES
STREEL JOU GEMOED & TROETEL JOU VEL

WEN
'N WEELDE-WEGBREEK VIR 4 VAN R100 000

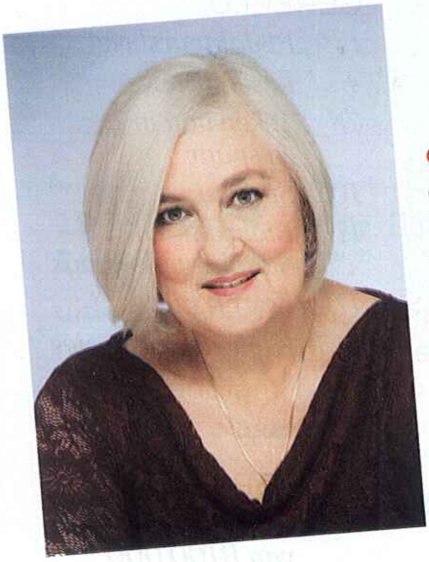
JY ÍS GENOEG

JUNIE 2019 R41,00 (BTW INGESLUIT)
ANDER LANDE R35,96 (SONDER BELASTING)
ISSN 00358207
9 770035 820003 19006

IS AVOKADO'S REGTIG SUPERKOS? WAT JY MOET WEET

EK & JY

Pa's en ander *HELDE*



ONS LAND en ons wêreld gaan gebuk onder 'n erge gemis. Baie vroue van verskillende generasies sit met 'n soms ondraaglike en altyd uitdagende situasie: om aan die hoof van 'n enkelouergesin te wees. Daar is vele aspekte van so 'n gesin wat dit 'n uitdaging maak: Die meedoënlose verpligtinge wat dit meebring; om alleen groot besluite te moet neem; om grootliks die verantwoordelikheid te dra vir die welwees van die gesin, fisiek, geestelik en finansieel.

Onlangse navorsing in Suid-Afrika toon steeds geen verbetering op die groot probleem van gesinne wat sonder 'n pa moet oorleef nie. Dit hou in dat derduisende kinders in ons land sonder 'n pa grootword. Dit veroorsaak dat daar nie duidelike padwysers vir sulke kinders oor die rol van 'n man in gesinne en gemeenskappe is nie. As daar wel in die uitgebreide familie- en vriendekring goeie manlike rolmodelle is, ly die kinders heelwat minder skade. Maar die gemis aan 'n eie pa bly 'n diep verlange in baie kinders se lewe.

Pa's het dikwels met die lekker van die gesin se speeltyd te doen, selfs vandag se pa's. As hulle tuiskom, is daar opwinding en aandrang om te speel en rof te raak. Oftewel, dis my ervaring met my skoonseun wat 'n bitter goeie pa is. Hy is baie betrokke en kan alles doen - van huilerige babas troos tot ongemaklike doeke ruil en kinders bad, hare was en uitkam, selfs boksterte maak.

Die pa's wat my hart steel, is dié wat die rugby afskakel en saam kinderstories op TV kyk, dié wat stilsit terwyl 'n dogtertjie knippies in hul hare sit en hul naels verf, of lipstiffie aansit, wat lang ente langs die see stap en skulpies en skatte wat langs die pad gekry word hartlik bewonder. Daar is dinge wat pa's veral goed kan doen (hoewel vele ma's hulle op hierdie gebied onderskei): balskop en krieketballe gooi, en om kinders hoog in die lug te gooi en weer te vang is beslis op 'n pa se terrein.

Maar die pa wat sy vrou hoog hou en haar voor die kinders druk en soen, haar hand vashou en saam met haar lag – dís die pa wat vir my eintlik die vlag dra!

Tot volgende maand.

Martie

MARTIE PANSEGROUW
redakteur

REDAKTEURSFOTO: LEANA CLUNIES-ROSS; HARE: SAADIQUE; GRIMERING: ADELLE JUNG

rooi rose .co.za

'N VERSKEIDENHEID STANDPUNTE WORD IN *ROOI ROSE* WEERGEGEE EN IS NIE NOODWENDIG DIÉ VAN DIE REDAKSIE NIE

rooirose@caxton.co.za
www.rooirose.co.za
www.rooirosewinkel.co.za

Elke kind kort pa-energie – 'n liefdevolle mansfiguur wat geborgenheid verskaf, in windstiltes én stormweer. Hoe gemaak as pa's afwesig is?

Deur MARIETTE SNYMAN

Die VERLANGE *NA 'N PA*

Gelukkig is die kind wat Vadersdag vier met 'n pa wat dáár is. "'n Volle 65% van die kinders in Suid-Afrika word groot sonder 'n pa in die huis," sê Erna Rheeder, maatskaplike werker en koördineerder van SAVF FAMNET. "Die gemis wanneer 'n pa nie fisiek of emosioneel teenwoordig is nie, sny diep. Gesonde pa-energie is deurslaggewend vir kinders se geborgenheid en eiewaarde, asook hul intellektuele, geestelike, emosionele en liggaamlike ontwikkeling. Volgens navorsingsbevindings vaar kinders met betrokke pa's op al hierdie gebiede beter. Dit dui ook aan dat 95% van alle mans wat tronkstraf uitdien, sonder 'n pa grootgeword het ...

"Dit beteken nie dat hierdie skokstatistieke tot hooploosheid moet lei nie. Die afgelope tien jaar is daar 'n opbloei in die vaderskapsveld: die aantal werkers, organisasies, hulpbronne en algemene bewustheid bly groei. 'Gewone' mans kan 'n reuseverskil maak deur uit te reik na kinders met afwesige pa's wat hul pad kruis. Dis nie so moeilik nie. Dit kan informeel gebeur, of met die hulp van 'n organisasie wat hulle op mentorskap toespits. So word lewens verander."

Hoewel seuns en dogters 'n ewe groot behoefte aan positiewe, manlike rolmodelle het, fokus hierdie artikel op maniere waarop

FOTO: POLONINA/ISTOCK IMAGES

mans as mentors vir seuns kan optree.

"Daar is vier vlakke waarop 'n pa afwesig kan wees," sê Jaco van Schalkwyk, stigter van The Character Company, 'n mentorskaporganisasie met die slagspreuk *Raising boys to be good men*. "Die pa is oorlede; die kind weet nie wie sy pa is nie; die kind het min kontak met die pa; of die pa is fisiek teenwoordig, maar emosioneel afwesig. As die pa dood is, het die kind 'n sekere mate van *closure*. In die ander gevalle glo die kind die fout lê by hom. 'n Agtjarige sê kwalik: 'Ek is 'n *awesome* kind - my pa weet nie wat hy mis nie!' Nee, hy betwyfel dit dat hy sy pa se tyd en aandag waardig is, met noodlottige gevolge vir sy selfbeeld en identiteit. Dikwels tref die volle omvang van die verwerping hom eers later en knou dit hom lewenslank.

"Ons lewer so maklik kritiek op die jeug se 'gebrek aan morele waardes' of die hoë misdaadsyfer, maar ontleed selde die oorsake. Baie seuns word hoofsaaklik tussen vroue groot, tuis én by die skool, sonder voldoende kontak met 'n toonbeeld van gesonde manlikheid. Geen ma kan hierdie funksie vervul nie.

"Kinders word dikwels aan toksiese manlikheid blootgestel: mans wat sonder respek vir hulself, ander, en selfs die lewe optree. Dit skep 'n kultuur van angs en aggressie wat maklik in geweld oorvloei. Die slegte gevolge van 'pa-loosheid' begin op individuele vlak en kring uit na gemeenskappe. Álle woonbuurte en sosiale groepe word hierdeur geraak. Dis in elkeen van ons se belang om die afwaartse spiraal te stuit.

"My ervaring van seuns wat die pad byster raak, het my aangevuur om The Character Company (TCC) te stig. Die verwonding uit my kinderjare met 'n pa wat daar was, maar nooit regtig beskikbaar nie, dryf my ook. Ek is vas oortuig dat elke seun én man 'n mentor nodig het wat gereeld met hom interaksie het - en nie net maande nie, maar jare lank beskikbaar bly. Ons mentors ontmoet 'hul' seuns weekliks en verbind hulle om onbepaald betrokke te bly. Dit gee die seuns 'n vaste fondament.

"Navorsers het bevind ma's speel in die eerste vyf jaar van 'n kind se lewe die grootste rol. Van vyf tot tien is die pa die belangrikste – ongelukkig baie keer juis die tyd wanneer pa's die korporatiewe leer uitklim. Ná tien jaar seëvier die ouderdomsgroep. Ons mentor seuns verkieslik van vier of vyf af, en hulle bly betrokke solank hulle wil. Ons het ook 'n *big brother*-program waar ons van ons senior seuns mentor om ook mentors te word. Dis vir ons belangrik om 'n kultuur van mentorskap in ons samelewing te vestig."

OP SY GEMAK

"My seun Ndalo (12) is al byna twee jaar by The Character Company," vertel Nqabakazi Tetyana, 'n Randburgse geoloog. "Ek het hom na 'n sielkundige geneem omdat hy rondom Vadersdag die gemis aan 'n pa so intens beleef het. In die klaskamer moes elke kind iets vir hul pa maak, en hy het gevoel daar is fout met hom omdat sy pa nie by hom betrokke is nie. Die terapeut het 'n mentorskapprogram vir seuns aanbeveel. Ek het op TCC besluit omdat hulle op gewone kinders sonder ernstige probleme fokus.

"Hoewel Ndalo ouer was as die meeste seuns wat by TCC inskakel, het die personeel met ontvanklikheid na my geluister en besluit dit sou 'n goeie passing wees."

"In die begin was dit vir my vreemd om tussen ander seuns te wees wat ook nie pa's het nie," sê Ndalo, "maar ek was gou op my gemak. Oom Michael mentor drie van ons; ons ontmoet mekaar Dinsdae ná skool. Ons speel, gaan stap met die honde en gesels oor die vyf waardes. Daar is ook spesiale uitstappies en kampe waarop jy kan gaan. Ek is nie noodwendig mal oor rotsklim nie, maar ek geniet dit om sokker en basketbal te speel. Ek het geleer om van 'n rots in 'n waterpoel te spring en dis vir my lekker."

"TCC het 'n beter mens van my gemaak. Ek kan nou die gemis aan my pa hanteer, pas die waardes toe wanneer ek met ander te doen kry, en is sommer net gawer."

"Die klem op waardes maak dit makliker om 'n gesprek aan te knoop wanneer jou kind 'n fout of 'n onwyse keuse maak," sê Nqabakazi. "Ndalo gebruik dit natuurlik ook teen my!

"Die mentorskapprogram verryk ons lewe. Die ma's kon byvoorbeeld 'n werkswinkel oor kinders se leerstyle en ander kwessies bywoon. Nes Ndalo is ek nou deel van 'n gemeenskap. En hy besef sy pa se afwesigheid is nie sy skuld nie; dis bloot 'n situasie waarin ons ons bevind."

The Character Company: 084 777 7114 of thecharacter-company.co.za - Fathers' Network: justdadit.co.za

VAN VYF TOT TIEN JAAR IS DIE PA 'N KIND SE BELANGRIKSTE INVLOED

WIE KAN 'N MENTOR WORD?

"Beslis nie net volmaakte mans nie! Baie voel huiwerig om hulle informeel beskikbaar te stel, byvoorbeeld vir 'n buurkind, of as deel van 'n program soos TCC. Jy het nie 'n sertifikaat nodig nie, net die wil om 'n kind se hand te vat en 'n heilsame pad met hom te stap. Jy neem nie die plek van die kind se pa in nie - jy speel net 'n aanvullende rol.

"Dit spreek vanself dat jy iemand is wat respek afdwing en jou tot die uitleef van sekere waardes sal verbind. Die geloofwaardige mentor is een wat kan erken dat hy ook foute maak!"

By TCC vorm vyf waardes die kern van wat ons doen: • EERLIKHEID – om die waarheid te praat, selfs wanneer dit moeilik is; • *KINDNESS* – om te wys dat jy 'n goeie hart het; • RESPEK – om ander, hul besittings en hul tyd te behandel soos ek behandel wil word; • MOED – om jou vrese te eien en te oorkom; • SELFDISSIPLINE – om die regte ding te doen voor iemand jou aansê om dit te doen.

"Die kinders ken hierdie waardes. Ons praat by elke sessie, naweekuitstappie of kamp oor hoe dit in ons daaglikse lewe na vore kom. Ons het selde dissiplineprobleme, want as 'n kind byvoorbeeld 'n maatjie omstamp, vra iemand hom: 'En watse respek wys jy nou?' Die kinders spreek natuurlik die mentors ook aan – ek sal dit nie waag om oor 'n rooi lig te ry met hulle in die motor nie!

"Ons speel en stoei met die seuns en leer hulle fietsry, rotsklim of swem – soos pa's maak. As iemand byvoorbeeld bang is om van 'n rots in die water te spring, hanteer ons dit sensitief. Ons sluit ook aktiwiteite soos verf, teken of houtwerk in, en soek voortdurend na mans én vroue wat ons hiermee kan help.

"Dit verg ure se saamwees om positiewe manlikheid aan 'n kind

FOTO: POLONINA/ISTOCK IMAGES

DIT VERG URE SE SAAMWEES OM POSITIEWE MANLIKHEID OOR TE DRA

oor te dra. 'n Pa is sy dogter se eerste liefde en sy seun se eerste held. Wanneer jou kind op die mat speel terwyl jy na die rugby op TV kyk, bestee jy nie tyd met hom nie. 'Aandag' beteken om die TV af te skakel en jou saam met hom op die mat tuis te maak, of jou dogter toe te laat om knippies in jou hare te sit. Dit beteken om vroeër van die werk af te kom met 'n pakkie wors, jou seun te laat vuurmaak, en saam vir die gesin te braai.

"Baie mans, veral dié sonder betrokke pa's, sweet meer voor 'n paar klein seuntjies as voor 'n paneel invloedryke direkteure. Dis in orde as jy onervare voel. Die kuns is om iewers te begin deur die kind se wêreld te betree. So saam met die geselsies en saamdoen leer die kind hoe 'n man wat werklik omgee sy vrou en ander mense behandel. Hy leer die gevoelens, gedagtes en optrede van 'n positiewe rolmodel ken.

"Die seuns op ons program sien dat hul ma's swaarkry. Hulle wil die man word wat sy nie het nie, en die pa wat hulle nie het nie. Hoewel die ma's nie ons primêre teiken is nie, probeer ons hulle ondersteun. Hulle is die seuns se *first line of defence*. Ons maak seker dat hulle die vyf waardes verstaan, ingelig is oor ons aktiwiteite, en ons vergesel hulle op skoolbesoeke, ensovoorts. Ons leer die seuns die eerste mens teenoor wie jy soos 'n *gentleman* optree, is jou ma."

MANS WAT WIL HELP

"By TCC word ons oorval deur versoeke om seuns te mentor. Die behoefte is groot. Ons hoofkantoor is in Krugersdorp en daar is honderd seuns op ons program. Ons is ook in die Wes-Kaap, en brei uit na Bloemfontein en die Oos-Kaap. Ons kort net één gewillige man om TCC in 'n omgewing te vestig. Ons help om die proses uit te rol. Ons het hard gewerk om 'n model te skep wat doeltreffend funksioneer, en ons mentor ook ons mentors. Ons het 'n kurrikulum van tien temas wat met elke ouderdomsgroep behandel kan word. Mentors met kinders van hul eie se seuns skakel by die program in.

"Ek is voltyds by TCC betrokke. Donasies stel ons in staat om meer personeel aan te stel. Geen aanbod van hulp of tyd is te gering nie. Elke seun wat gementor word, se invloed kring positief uit namate hy ouer word."

"Daar is verskeie mentorskaporganisasies beskikbaar," sê Erna. "Ek is betrokke by 'n sambreelorganisasie, Fathers' Network, wat verskeie inisiatiewe met 'n mentorskapfokus insluit, onder meer TCC, Grooming Boys, Dads in the Picture, Ambassadors Football en The World needs a Father. Die oordrag van 'n vaardigheid skep die ideale omgewing vir mentorskap.

"Skole, kerke en geloofsgemeenskappe kan doelbewus geleenthede daarstel om kinders aan positiewe rolmodelle bloot te stel. Werkgewers wat pa-kind geleenthede reël, kan voorsiening maak vir kinders sonder pa's deur groepe volwassenes met groepe kinders af te paar.

"Informeel, sommer op hul eie, kan mense soos oupas, ooms, ouer broers, stiefpa's en die aanbieders van ekstra klasse berge versit. Die belangrikste is die mentor se opregtheid, beskikbaarheid en toegewydheid.

"'n Ma wat besef haar seun het 'n mentor nodig, kan 'n familielid of 'n vriendin se man vra om haar seun op gesinsuitstappies te betrek. Ter wille van haar kind se veiligheid moet sy oordeelkundig kies. Vir vroue wat ook so seergekry het dat hulle nie 'n man in hul kind se lewe wil toelaat nie, is dit moeiliker. Tog genees die wond wat deur 'n onbetrokke pa veroorsaak is, die beste in 'n verhouding met 'n gesonde rolmodel." **rr**

LESERSFORUM

Op watter maniere kan mans as 'n mentor betrokke raak by kinders sonder pa's?

Raquel Lewis
Eerstens om beskikbaar te wees. Kinders kom agter as 'n volwassene nie teenwoordig is nie. Jo Black stel dit mooi. Hy sê sy strewe is om daardie ou te wees wat ander se lewe verander. Wees die verandering wat jy wil sien. Wees betrokke by daardie kinders se aktiwiteite. Help met projekte, of nog beter, nooi daardie kinders uit om deel te neem aan jou projekte, of dit nou huisverf of fietsry is. Stel die kind so bloot aan die verskillende vlakke van jou lewe.

Elmien Kraamwinkel
Mans kan geleenthede soos sportdae saam met die ma bywoon sodat kinders die gemeensame gevoel van 'n "familie" ervaar. Sportafrigters en pa's van maats kan dieselfde glimlagte en handdrukke uitdeel aan almal, veral kinders wat alleen by 'n ma staan. Gesinsvriende kan sorg dat ma's en kinders by familiegeleenthede betrek word. Dis net so lekker vir enkelouer-huishoudings om te deel in die pret, maar daar is soms 'n ekstra hand nodig met tent opslaan, of take waarby die kind ook betrek kan word.

Hanlie Delport
Deur tyd af te staan om saam met die kind te kuier en na sy welstand te verneem. Dit is belangrik dat die kind weet hy kan op dié man vertrou - daar is sekere aspekte van menswees wat met 'n manlike rolmodel bespreek moet word. Dit is ook goed as hy die kind nou en dan op 'n uitstappie kan vergesel (amptelik, soos pa-en-kind, of nie-amptelik, soos 'n roomys in die park).

Jy kan lekker pryse wen

DIS MAKLIK. SLUIT BY ONS LESERSFORUM AAN EN WEN! MEER INLIGTING OP BL. 8.